肩こりや腰痛の

口のまわりの

「シニア１０００人に調査した　リタイアする前にやるべきだった・・・」

後悔トップ20

雑誌「ＰＲＥＳＩＤＥＮＴ　プレジデント」で掲載

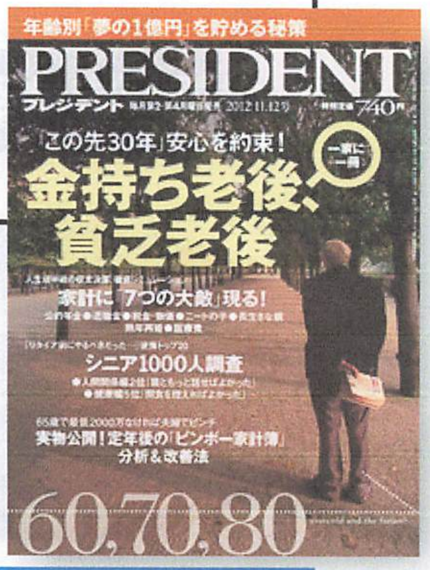
気になる第１位はなんでしょうか？

第一位：歯の定期検診を受けてればよかった（283P）

第2位　：　スポーツなどで体を鍛えればよかった（244P）

第3位　：　日頃からよく歩けばよかった（234P）

年代別にみても、全ての年代において
「歯の定期健診を受けてればよかった」が
上位にランクインしていました！



101歳で現役医師の聖路加国際病院　日野原重明先生
によると、

健康の秘訣は
「まず、定期的な健康診断をうけること」
とのことです！

定期健診・メインテナンスの重要性

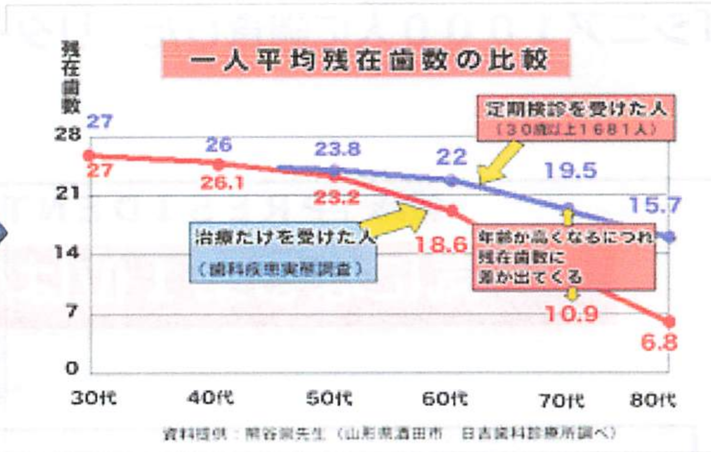
メインテナンス処置とは、歯茎が腫れていたり、歯の間に食べ物がはさまりやすい、歯がぐらつく、口臭、ホワイトニング、インプラントなどに悩みや関心を持っている患者様に対して行われる予防の処置の事を言います。

定期的に検診をうけ、口腔内の病気の発生リスクを診断し、個人に合わせたメインテナンス処置を行う事によって歯の健康と寿命を延ばす事ができます。

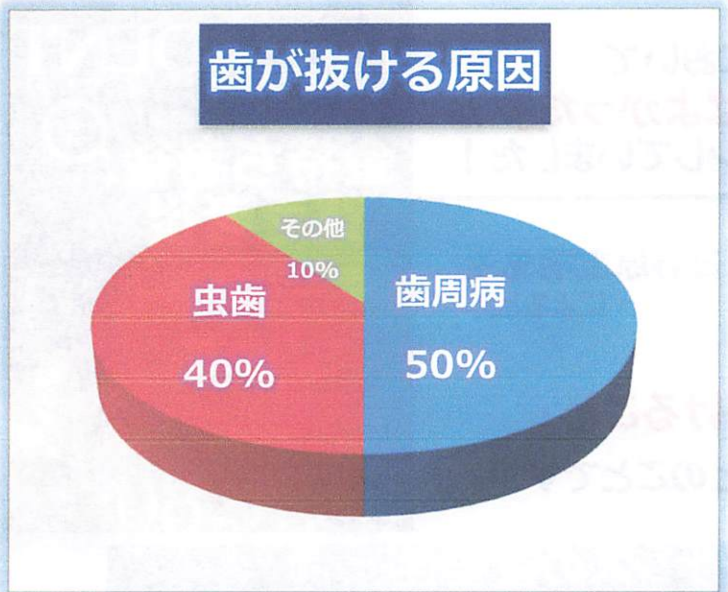
歯科治療を受けた後でも、３～６ヶ月ごとに口腔内チェック、歯石や歯垢の除去、歯周病検査、歯科衛生士指導などをうけ、歯の健康を保ちましょう！

それでは、メインテナンスをうけた人とうけなかった人では、８０歳になったときに、どれくらい差がつくのでしょうか？

メインテナンスをうけた人と
痛くなったときだけ治療をうけた人では、
８０歳の残存歯数に、
約９本の差 がついています！



では、歯が抜ける原因の第１位はなんでしょうか？



歯周病は、痛みなどの自覚症状がなく進行します。
歯周病はしっかり歯みがきをしないとひどくなり、
進行すると歯が抜けてしまいます。

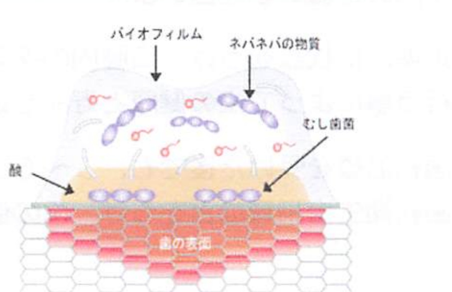
歯を失うと・・・

□入れ歯が必要になる。
□その結果、しっかり噛めなくなったり、
味がわかりにくくなるなど、
食事の楽しみが減少する。
□発音が悪くなり、しゃべりにくくなる。
□噛み合わせがおかしくなり、
肩こりや腰痛を引き起こすことがある。
□**口の周りにたくさんシワができる。**

自分では落とせない汚れがあるのをご存知ですか？

一度きれいにしても、３～４か月ぐらいで、歯の表面には
バイオフィルムという膜ができます。
これは通常の歯みがきでは落とせません。
メインテナンスでは、プロが専用の器具を用いて、
歯のクリーニングをしていきます。

痛くはなく、気持ちいいため、眠ってしまう人のいるほどです。



花田信弘「もう虫歯にならない」より

健康を保つためには、定期的な健診・メインテナンスが一番大切です！

ご来院をお待ちしております。　　**矢野歯科医院**　**ＴＥＬ0774-44-7234**